

PEIX BLAU

peix fresc
DE LA LLOTJA DE BLANES

El peix blau, o conjunt d'espècies que rep aquesta denominació pel color blavós de les seves escates, es caracteritza per tenir una proporció de greix a la carn superior a la del peix blanc -entorn un 5%. Aquests àcids grassos, o omega-3, són essencials per al cos humà i només es poden incorporar al seu funcionament a partir de la ingesta: és per això que resulta altament recomanable consumir peix blau com a mínim 2 o 3 cops per setmana.

Les principals espècies de peix blau que trobem a la Costa Brava Sud i que es comercialitzen a través de la Llotja de Blanes són, per volum de captura: el seitó, la sardina i el sonso (suposen un 70% del total de captures que passen per la Llotja), seguits de l'alatxa i el sorell.

La sardina i el seitó viuen a prop de la costa, a poca profunditat, i durant la nit ascendeixen de la profunditat a la superfície. Es pesquen durant la nit, amb encerclament, i es venen a la subhasta de primera hora del matí. El sonso s'alimenta de dia i s'enterra en el fons sorrenc durant la nit. Es comercialitza a la subhasta de tarda -la pesca també és amb encerclament, però amb certes especificitats.



LOCALITZA

PRODUCTES LOCALS DE LA SELVA

Temporada:

- Seitó: d'abril a juny
- Sardina: de maig a octubre
- Sonso: de l'1 de març al 15 de desembre

Productors: venda a la Llotja de Blanes

Punts de venda: peixateries i restaurants

Activitats: Jornades Gastronòmiques del Peix Blau (abril, Blanes)